



Christophe Boyer

# **Le Tao du chant spontané**

*Chanteur spontané et éveilleur de voix, Christophe Boyer vit principalement à Paris.*

*Après avoir chanté pendant plus de 15 ans un répertoire de chant classique et de polyphonies du monde, il s'initie au chant spontané lors de sa formation à l'art-thérapie en 2006.*

*Ses rencontres avec la tradition tantrique du Cachemire et la philosophie du Tao, ainsi que de nombreux voyages en Inde, à Bali et en Grèce ont transformé profondément sa pratique du chant improvisé et lui ont inspiré un chemin d'enseignement original. Il anime des ateliers de chant spontané depuis 2007.*

[lechantedelavie.com](http://lechantedelavie.com)

Christophe Boyer

# **Le Tao du chant spontané**

# **Le Tao du chant spontané**

**Édition papier** disponible sur [lulu.com](https://lulu.com)

*Format poche, 128 pages, 12€*

**Édition numérique** disponible sur [iBooks Store](https://iBooksStore.com)

*Format epub pour iPad, iPhone & Mac, téléchargement offert*

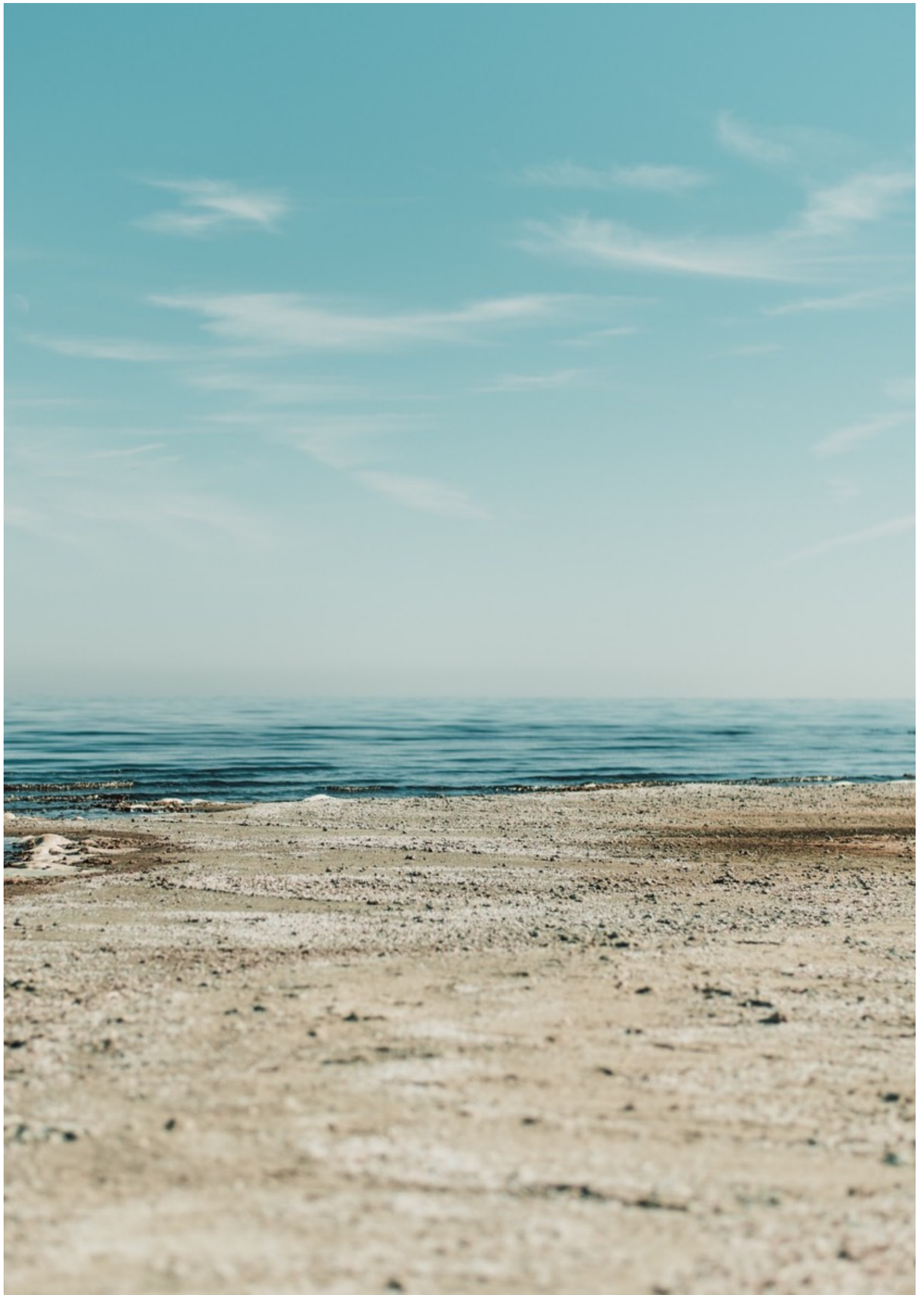
ISBN : 978-0-244-62293-0

© Christophe Boyer, août 2017

3 square Bolivar 75019 Paris

*christopheboyer@icloud.com*

# **I. Le Tao du chant spontané**



# Préambule

Le chant spontané a la saveur de l'évidence et du mystère. Quand tu chantes en spontanéité, ta voix rencontre le souffle de vie, ton cœur vibre avec le jaillissement de l'instant présent, ton âme devient intime avec la source de toute chose. C'est une expérience très simple et pourtant subtile et insaisissable.

Écrire sur ce sujet pourrait paraître au mieux un défi, au pire, une folie. Pourtant, depuis plus de dix ans que je pratique passionnément le chant spontané et que je l'enseigne, j'ai vu apparaître en filigrane quelques principes, quelques clés, voire même quelques secrets que j'ai plaisir aujourd'hui à partager avec toi. Certes, ce ne sont pas des vérités universelles, et le mystère de la source du chant spontané restera à jamais invisible de ce côté-ci du miroir. Ce sont plutôt des repères pour baliser le territoire, des aphorismes destructeurs d'idées fixes, des déclencheurs d'imaginaire à but pédagogique.

Ce livre est un compagnon d'aventure.

Le sens que tu y trouveras dépend grandement de ton audace à t'élancer dans l'expérience. Alors vas-y, lis quelques pages et repose ce livre pour chanter à l'aventure. Reviens butiner encore quelques lignes, glaner quelques sésames et puis va chanter encore. Dans le mouvement de ce va-et-vient, des questions vont surgir, des clartés vont naître, et, immanquablement, de nouveaux élans vont t'appeler à repartir, la joie au cœur, pour chevaucher le grand mystère.

Puisse ce chemin d'éveil te conduire jusqu'à la saveur ineffable et réjouissante du chant spontané, jusqu'à ce moment de grâce où la vie chante en toi dans la fraîcheur du premier matin du monde.



# Soif

Comme la framboise bien mûre espère ta bouche gourmande,  
Comme la fleur épanouie du cerisier espère l'abeille ou le colibri,  
Comme le rocher attend la vague,  
Comme la terre craquelée se languit de la pluie,  
Le monde a soif de ton chant émerveillé.

La vie chante en toi depuis l'aube des temps. L'heure est venue, pour toi, de chanter à ton tour. Alors ferme ce livre et chante ! Tu n'as pas besoin de mon enseignement. Tu n'as pas besoin de connaître les sésames révélés dans ce livre. Tu sais déjà tout, au secret de ton intuition. Ou plutôt, tu n'as rien besoin de savoir avant de partir à l'aventure, tu verras, le chant spontané sera ton meilleur enseignant.

Alors pose ce livre. Prends quelques minutes pour ne rien faire. Magnifique oisiveté. Écoute, tout chante déjà. Prends plaisir à la musique des vibrations autour de toi. Peut-être la rumeur de la rue, le calme de la forêt, le bruissement de l'océan, le brouhaha du métro. Il n'y a pas meilleur endroit que celui où tu es. Il n'y a pas meilleur moment que cet instant. Accueille aussi les sensations de ton corps. Goûte comment il se dépose sur le sol, savoure le contact de ta peau avec les vêtements, avec la matière de l'air, embrasse le va-et-vient du souffle. Alors, pris d'une fantaisie soudaine, ta voix prend son élan, tu commences à chanter. Chanter quoi ? Rien de spécial, tout ce qui vient, tout ce qui te traverse. Ne

retiens rien, n'attends rien, ne cherche rien. Écoute, dans ton audace qui s'émerveille, c'est le chant spontané qui te trouve.

Alors, tu manges le vent avec les aigles, tu bondis avec les tigres, tu joues avec les tourbillons des torrents, tu défies les soleils, tu t'extasies avec le rocher, tu t'enivres avec les dauphins, tu frissonnes avec la fleur des cimes.

Alors, tu tisses avec l'écume des profondeurs, tu traces avec les éclairs, tu harmonises les souffles du dragon, tu surfes le mystère.

Tu goûtes, amoureux, la vibration de l'instant, le nectar de la source de vie.

Réalise, alors, que tu as réveillé le chanteur spontané qui dormait en toi.

Tu chantes ta part de colibri pour la joie du monde qui s'en régale.

# Le désir

*Le désir existe en toi comme en toute chose. Réalise qu'il se trouve aussi dans les objets et dans tout ce que l'esprit peut saisir. Alors, découvrant l'universalité du désir, pénètre son espace lumineux.*

***Vijñâna Bhairava Tantra***

*Chaque chose que tu recherches, c'est cela que tu es.*

***Rumi***

*Dis-moi, toi qui aspiras à chanter en spontanéité, quel est ton vrai désir ? Quelle est ta recherche véritable ? C'est une question que je pose régulièrement à ceux qui viennent à moi, en quête d'un enseignement. La réponse n'est pas aussi simple qu'il n'y paraît...*

Dans un premier temps, tu dis chercher ta voix, sentir des blocages quelque part, tu trouves ton souffle trop court, ta puissance trop limitée, tes sons aigus trop étriqués. Tu as l'intuition que chanter va débloquer tes émotions, te donner plus d'aisance dans la parole. Tu veux chanter juste, chanter en rythme, chanter comme ceux qui savent. Mais alors que tu pourrais trouver tout cela dans n'importe quel cours de chant ou même au sein d'une chorale, tu as choisi le chant spontané.

La raison à ça, c'est qu'un désir peut en cacher un autre. Derrière tes premiers désirs, murmure un désir plus profond, un désir presque vital, un désir que tu ne t'autorisais pas à entendre tellement il te paraissait énorme.

En réalité, en choisissant le chant spontané, tu souhaites retrouver la liberté, la reliance et la confiance, rencontrer le partage, la beauté et l'harmonie. Et, devenant créateur de ton

chant, devenir créateur de ta vie. Car, tu le devines, le chant spontané te confronte à un grand saut dans l'inconnu. Et tu es prêt à sauter le pas pour entendre ta vraie voix, ton vrai chant, comme pour te révéler à toi-même. Ta vraie quête devenant alors : rencontrer ton identité profonde. L'ironie de ce jeu, c'est que ce désir puissant de savoir qui tu es, t'amènera à questionner plus avant encore. Et que face à l'émerveillement produit par le chant spontané, tu te demanderas finalement d'où il vient. La question ultime devient alors vertigineuse : qu'est-ce donc que la vie ?

Face à cette question existentielle, le sage se tait, le chanteur spontané lui, chante...

Et quand la source chantera en toi, tu feras l'expérience d'un plaisir indicible. Oui, osons le dire, le chant spontané conduit finalement à la jouissance, à la grâce, à la béatitude.

Dès lors, que t'importe de savoir qui tu es quand tu chantes en joie ? Le vrai désir, caché derrière les désirs, c'est la joie !

Alors, écoute le grand secret qui va transformer ta quête. *Ce n'est pas toi qui as un désir de joie, c'est la joie qui te désire.* Magnifique inversion des pôles magnétiques ! La joie, mais aussi la grâce, la beauté, l'harmonie, te désirent. La musique a soif de ta voix. La spontanéité a soif de ton chant. La vie a soif de ta liberté.

La spontanéité est inéluctable car elle est ta nature profonde.

Peut-être que la révélation est trop immense pour que tu me croies sur parole. Alors, fais l'expérience, l'air de rien. Imagine que ce soit vrai. Soyons fous. Imagine que tu es désiré par ce que tu désires. Commence modeste, imagine que le thé que tu bois a le

désir d'être bu par toi, et vois ce que cela change dans ta manière de savourer le thé.

Alors, poursuis l'aventure. Imagine qu'un chant a le désir de prendre corps en toi. Tu sens ce que ça fait ? Voilà, tu y es. Maintenant, à toi de jouer !

# Le défi

*L'homme porte en lui le mystère de la vie qui porte en elle le mystère du monde.*

**Edgar Morin**

*Ce qui est impossible à comprendre est tellement simple à vivre.*

**Christian Bobin**

Comme tu peux parfaitement vivre sans te poser de questions existentielles, tu peux aussi chanter spontanément sans te préoccuper de comprendre ce qui est à l'œuvre dans le mystère de ce jaillissement. Tu peux même te passer de tout enseignement et simplement chanter, comme ça, dans l'accueil de ce qui vient. Sans désir particulier, sans ambition de quoi que ce soit. Chanter comme tu respires. Écoute ! Tout est déjà là, dans la magnifique évidence de la vibration qui prend corps. Rien à changer, rien à transformer. La perfection de l'imperfection.

Comme la vie enseigne à vivre, le chant spontané enseigne à chanter. Peut-être n'y a-t-il rien de plus à en dire. Plutôt que de lever le voile, laisse le vent souffler dans tes voiles. Oui, tu peux déjà refermer ce livre et partir chanter à l'aventure.

Cependant, de même que parfois la vie t'interroge, de même le chant spontané t'interpelle. Quand tu chantes, des questions surgissent. « *Ma voix est-elle bien libre ? Mon souffle n'est-il pas trop court ? Est-ce que ce chant est vraiment original, juste, fidèle à ce que je ressens ? Que faire avec ma peur d'être submergé par cette émotion qui monte ? Suis-je vraiment spontané ? Est-ce mon âme qui chante ?* »

Et puis quand tu chantes avec un ou plusieurs autres, les questions fusent plus vite encore. « *Est-ce que tu m'écoutes vraiment ? Comment t'écouter sans me perdre ? Comment m'accorder avec toi, créer avec toi, sans perdre le fil de mon chant ? Est-ce que je prends trop de place ? Comment unir nos univers ? Comment éviter le trop plein, le trop timide, le trop chaotique ? Dois-je lâcher prise ou bien garder le contrôle ?* »

Enfin, des questions artistiques ou même spirituelles jaillissent parfois. « *Est-ce que ce chant est vraiment harmonieux, intéressant, musical ? Qui peut bien être à l'origine de tant de beauté ?* »

Dès lors, si tu pars en quête de réponses, si tu cherches à éclaircir ces mystères, tu vas rencontrer une magnifique complexité.

En effet, quand j'essaie de décrire l'expérience du chant spontané, une myriade de points de vue se présente à moi. Le chant est un jeu de la voix, donc du corps et du souffle, ce qui a trait aux dimensions physiologiques et énergétiques. Chanter avec d'autres, interroge les modalités de la relation sur un plan psychologique. Chanter en improvisation soulève des questions liées à la création, aux théories de la musique et concerne le domaine de l'artistique. Enfin, l'origine de ce jaillissement, le pouvoir du moment présent, relève plutôt du domaine de la spiritualité.

Finalement, quand tu chantes en spontanéité, tu voyages simultanément dans toutes ces dimensions parallèles qui forment ce que j'appelle : *le millefeuille du réel*.

Par ailleurs, le chant spontané prend racine sur une terre de paradoxes, ce qui rend la compréhension du phénomène plutôt déconcertante.

Ainsi, chanter en spontanéité est accessible à tous, immédiatement, sans apprentissage préalable. Et pourtant, au fur et à mesure de la pratique, tu vas rencontrer des écueils qu'il te faudra apprendre à contourner. La spontanéité est ta nature, ton souffle est déjà libre, ta voix est déjà libre, ton chant est déjà libre. Et pourtant, au fil de l'expérience, tu vas rencontrer tes restrictions, tes croyances et tes blocages qu'il te faudra dissoudre dans une liberté retrouvée. Le chant spontané naît d'un lâcher-prise, d'un laisser faire, d'un accueil de ce qui vient. Pourtant, tu devines qu'il y a malgré tout une part de faire, voire de savoir-faire, pour donner forme à ce jaillissement. Quelle est la part d'agir et de non-agir ? Questions épineuses.

C'est l'incroyable vérité du chant spontané qui prend naissance au cœur des paradoxes. Entre doute et confiance, reliance et autonomie, chaos et harmonie, instant et durée. Entre *ne rien attendre* et *tout attendre*. Tout est parfait et le monde a soif de changement. Il n'y a aucun chemin vers la spontanéité et il y a une infinité de chemins. Au jeu des paradoxes, ton esprit s'embrouille. Heureusement, ta voix, elle, trouve toujours le chemin.

C'est le grand défi auquel tu es confronté. La réalité du chant spontané, engendrée par le jaillissement d'une source à jamais mystérieuse, prend forme dans un millefeuille de dimensions parallèles, et se nourrit de paradoxes insolubles. Le challenge consiste à ne rien résoudre pour garder le mystère vivant, ne rien



simplifier pour naviguer simultanément dans toutes les dimensions, ne rien trancher pour honorer les paradoxes.

*La réponse à ce défi est de miser sur la spontanéité.* Car la spontanéité est à la fois le but et le chemin. Faire le pari de la spontanéité c'est mettre ta confiance dans l'intelligence de la vie pour qu'elle organise les choses selon les lois secrètes de l'harmonie. Et puisque tu fais entièrement partie de la vie, aie confiance dans cet élan vital qui jaillit aussi en toi. Fais le pari que la spontanéité te transformera selon les plans universels de la croissance du vivant, si tu la laisses agir.

Alors, pars en chemin et tente donc l'aventure.